



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Ziese, Bernd

□□□: 4:44:07

□□: Münster

□□: 8.87 km/h

□□: 791

□□□□: 6:46 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 17 (of 36)

42 km Lauf

□□□□□/□: 14 (of 30)

□□□□□□: 3:40:13

□□□□:

□□□□□: 3(of 7)

Männer M45

□□□□□□□: 3:48:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:08:26	6:35	4	23:58	17	32:34	19.50	2:08:26	6:35	3	23:58	17	
Obersorpe	6.50	50:48	7:48	3	10:44	14	11:19	26.00	2:59:14	6:53	3	34:42	17	
□□	16.00	1:44:53	6:33	4	21:12	14	24:50	42.00	4:44:07	6:45	3	55:54	15	2:57:07